



DZIAŁ ŻYWIENIA I DIETETYKI SP ZOZ W SANOKU

DIETA PŁYNNA WZMOCNIONA

Dieta płynna wzmocniona jest modyfikacją diety płynnej, w której oprócz płynów podaje się produkty o zwiększonej wartości energetycznej i odżywczej w formie płynnej lub półpłynnej. Ma na celu dostarczenie większej ilości białka, energii oraz składników odżywczych przy zachowaniu łatwej przyswajalności.

Dieta zalecana jest w szczególności:

- po zabiegach operacyjnych,
- w okresie rekonwalescencji,
- w niedożywieniu,
- w chorobach nowotworowych,
- przy trudnościach w gryzieniu i połykaniu,
- u pacjentów wyniszczonych,
- gdy dieta płynna podstawowa jest niewystarczająca.

Cel stosowania:

- poprawa stanu odżywienia,
- dostarczenie zwiększonej ilości energii,
- zwiększenie podaży białka,
- przygotowanie do rozszerzenia diety,
- wsparcie rekonwalescencji.

Główne założenia diety

- Posiłki w formie płynnej lub półpłynnej.
- Zwiększona wartość energetyczna.
- Zwiększona zawartość białka.
- Małe objętości, częste podawanie.
- Wysoka strawność.
- Eliminacja produktów ciężkostrawnych.

Uwagi praktyczne

- Posiłki podawać często, w małych porcjach.
- Kontrolować tolerancję przewodu pokarmowego.
- Stosować doustne preparaty odżywcze (jeśli zalecone).
- Dbać o odpowiednie nawodnienie.
- Dietę rozszerzać stopniowo.

Uwagi technologiczne

- Produkty miksować do konsystencji płynnej.

- Stosować zupy krem, koktajle, emulsje.
- Wzbogacać potrawy mlekiem w proszku, białkiem jaja, twarogiem.
- Unikać smażenia.
- Potrawy przecierać przez sito.
- Regulować gęstość dodatkiem płynów.

Jadłospisy układane są przez dietetyka szpitalnego zgodnie z aktualnymi normami żywienia. W razie alergii pokarmowych lub nietolerancji składników dieta jest modyfikowana indywidualnie.

- Produkty wskazane i przeciwwskazane

Grupa produktów	Produkty wskazane	Produkty przeciwwskazane / ograniczane
Zupy	zupy krem, rosół odtłuszczone, zupy mleczne miksowane	zupy tłuste, zupy z kawałkami produktów
Produkty mleczne	mleko, jogurty pitne, kefir, koktajle mleczne, budynie	sery twarde, sery pleśniowe
Mięso, ryby, jaja	mięso i ryby miksowane w zupach i sosach, jaja w formie płynnej	mięso w kawałkach, smażone
Produkty zbożowe	kleiki, kasze drobne rozgotowane, płatki miksowane	kasze grube, produkty sypkie
Warzywa	przeciery warzywne, warzywa w zupach krem	warzywa surowe, twarde
Owoce	musy, koktajle owocowe, przeciery	owoce surowe twarde, suszone
Tłuszcze	masło, oleje roślinne dodawane do potraw	tłuszcze smażone, skwarki
Napoje	herbata, mleko, kakao, koktajle, preparaty odżywcze	napoje gazowane, alkohol

Bibliografia

1. Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego PZH – PIB Normy żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie. Red. M. Jarosz i wsp., Warszawa, wydanie aktualizowane.
2. Instytut Żywności i Żywienia / NIZP PZH – PIB *Zasady prawidłowego żywienia chorych w szpitalach*. Wytyczne dla żywienia zbiorowego zamkniętego.
3. Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności.
4. Rozporządzenie Ministra Zdrowia w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu leczenia szpitalnego – żywienie pacjentów.